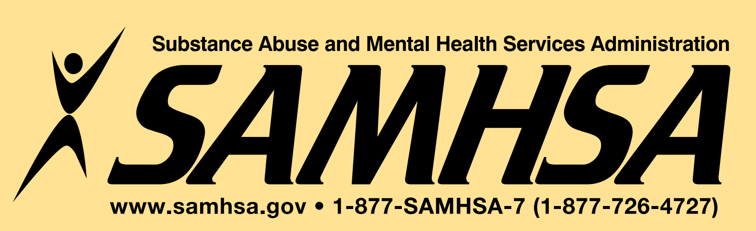
Toma acción contra la hepatitis C

Para las personas en recuperación de una enfermedad mental o una adicción





¡Atención proveedores de tratamientos en programas de salud mental!

Este material está diseñado para ser utilizado con clientes que:

- Están en riesgo de contraer una infección por medio del virus de la hepatitis C (VHC).
- Obtuvieron un resultado positivo en la prueba de anticuerpos del VHC.
- Han sido diagnosticados con hepatitis C.

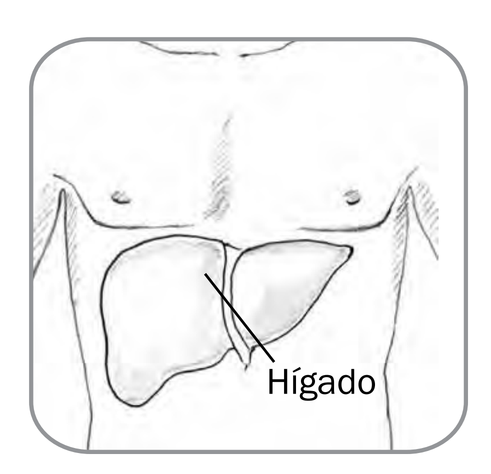
Seleccione las páginas de esta publicación que considere relevantes para compartir con sus clientes, con el fin de apoyar las necesidades educacionales acerca de la hepatitis de cada uno en particular.

Esta publicación fue desarrollada como un producto colateral del documento 53 de la serie Protocolos para Mejorar el Tratamiento (TIPs, por sus siglas en inglés) llamado *Addressing Viral Hepatitis in People With Substance Use Disorders*. El documento fue elaborado por el Programa de Aplicación del Conocimiento (KAP, por sus siglas en inglés), un esfuerzo conjunto de The CDM Group, Inc. y JBS International, Inc. para la Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés), bajo los contratos números 270-09-0307 y 270-14-0445 establecidos con SAMHSA, que forma parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS por sus siglas en inglés). Christina Currier y Suzanne Wise actuaron como representantes del oficial de contrataciones y Candi Byrne actuó como asesora del contenido de la publicación.

Índice

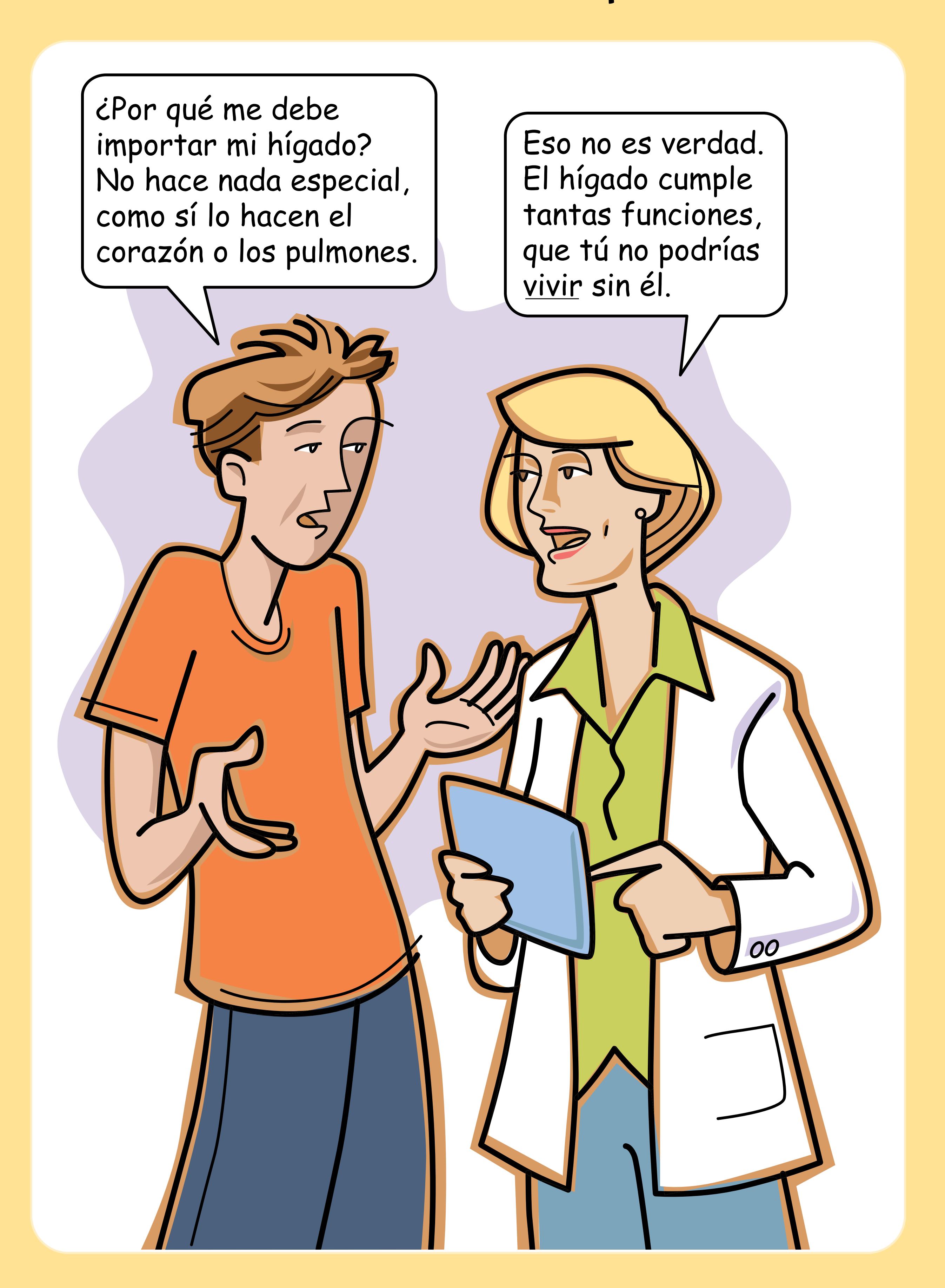
Préstale atención a tu hígado.

- El hígado *elimina* las **toxinas*** de tu sistema sanguíneo.
- El hígado *produce* sustancias que tu organismo usa para mantener una buena salud, como la bilis que interviene en los procesos de digestión y los factores de coagulación que forman coágulos para detener el sangrado.
- El hígado *procesa* los medicamentos y otras sustancias para que estos puedan ser utilizados por tu organismo.
- El hígado *almacena* azúcares, grasas y vitaminas, y las libera cuando tu organismo las necesita.



Cumple muchas funciones para mantener tu cuerpo saludable.

*sustancias que pueden ser dañinas para tu organismo


¿Por qué me debe importar mi hígado? No hace nada especial, como sí lo hacen el corazón o los pulmones.
Eso no es verdad. El hígado cumple tantas funciones, que tú no podrías vivir sin él.

Aprende acerca de la hepatitis C.

Si has sido infectado con el virus de la hepatitis C, corres el riesgo de desarrollar la enfermedad de la hepatitis C. Algunas personas se recuperan de la infección, pero la mayoría desarrolla una **hepatitis crónica.***

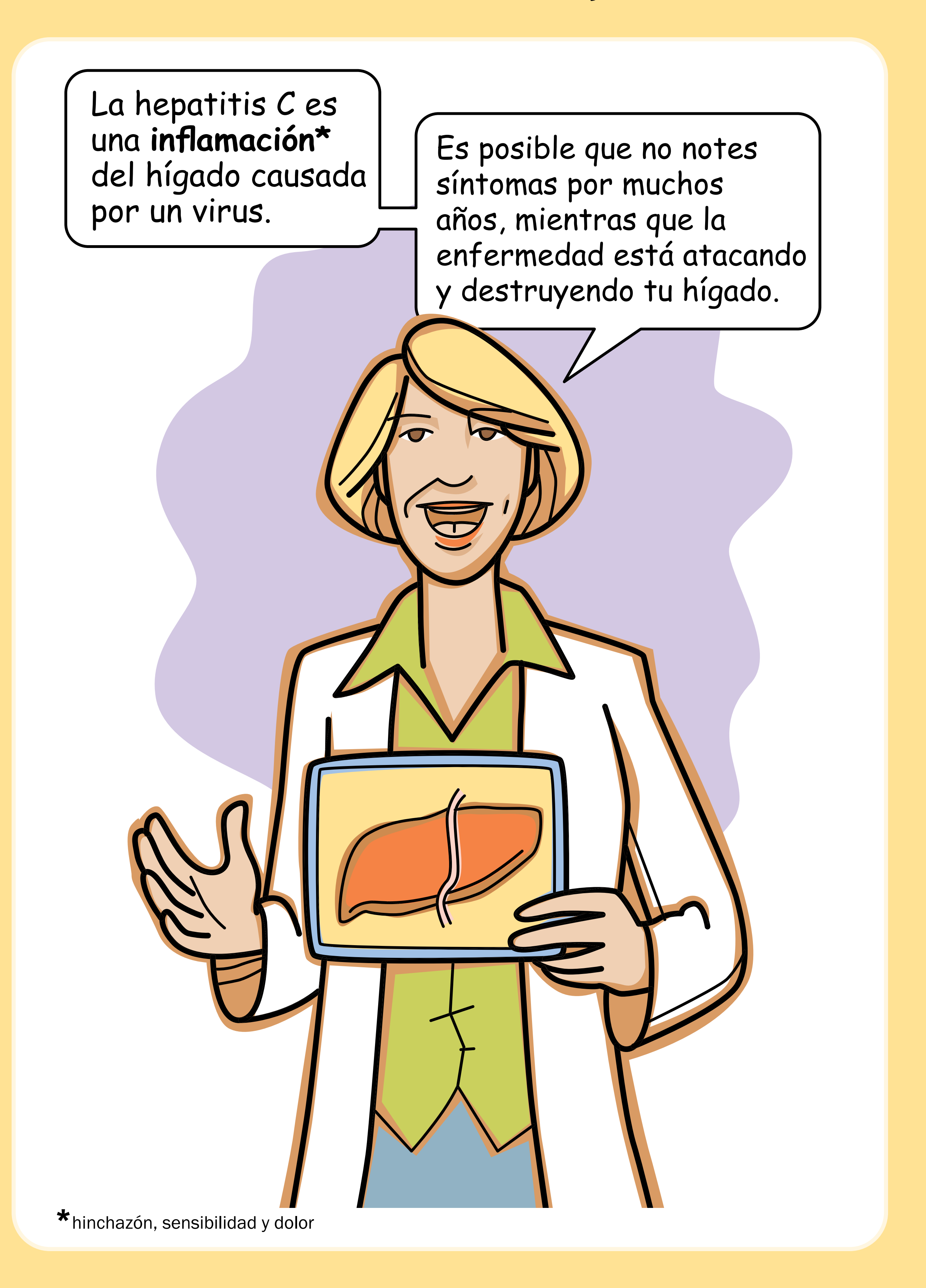
La hepatitis C te puede hacer sentir débil, cansado y afiebrado, como también lleno e hinchado. Además, puedes perder el apetito y bajar de peso, y la piel y los ojos se te pueden poner amarillentos.

Estos síntomas podrían aparecer después de varios años de haberse presentado la hepatitis C, pero para ese momento el hígado ya estará dañado. Cuando no se le da tratamiento a la hepatitis C, el resultado puede ser una enfermedad grave o la muerte.

Es una enfermedad silenciosa— muchas personas la tienen, pero no lo saben.

*hepatitis que dura 6 meses o más

Toma acción contra la hepatitis C



*hinchazón, sensibilidad y dolor

Evita una infección de la hepatitis C.

El virus de la hepatitis C (VHC) vive en la sangre, lo cual significa que si la sangre infectada de otra persona, así sea una minúscula cantidad, penetra en tu cuerpo, tú podrías quedar infectado también.

El uso de agujas y jeringas para inyectarse drogas es la manera más común por medio de la cual las personas se infectan. La sangre se puede traspasar al compartir las agujas y jeringas y el agua donde estas se han lavado. Las agujas que se usan para hacer tatuajes que no están **esterilizadas*** también pueden transmitir el virus VHC.

Las cortadas, las llagas, las quemaduras y otras heridas pueden facilitar que sangre infectada penetre en tu cuerpo. Compartir rasuradoras o cepillos de dientes también crea un riesgo de transmitir el virus VHC de un cuerpo a otro.

A pesar de que es poco común, la transmisión del virus VHC puede ocurrir al tener relaciones sexuales con una persona infectada. Sin embargo, la tasa de infección es más alta entre las personas con múltiples parejas sexuales.

El virus VHC NO se transmite:

- Por medio del estornudo o la tos.
- Al compartir utensilios para comer o vasos para bebidas.
- Por medio de abrazos y otras formas casuales de contacto físico.

Unas pocas y simples guías te pueden ayudar a evitar ser infectado por el virus VHC.

*desinfectadas hasta destruir los gérmenes

Toma acción contra la hepatitis C



Hazte la prueba de la hepatitis C.

Si tienes antecedentes de adicción, tu riesgo de contraer la hepatitis C es más alto, y por lo tanto es conveniente que te hagas una **prueba***
para saber si has contraído el virus que causa la hepatitis.

Es mejor saber si has sido infectado que no saberlo.

*análisis de laboratorio para saber si has estado expuesto al virus de la hepatitis

Toma acción contra la hepatitis C



No temas hacerte la prueba de la hepatitis.

Para determinar si existe el virus de la hepatitis C (VHC) se requiere de una pequeña muestra de sangre, que es extraída de una vena o por medio de una punción en el dedo.

Si el resultado es negativo, eso significa que no has sido infectado por el virus VHC. Esa es una buena noticia y deberás tomar los pasos necesarios para evitar infectarte en el futuro. Si continuas usando drogas o participas en relaciones sexuales de riesgo, debes realizarte una prueba anualmente.

Si el resultado es positivo, eso significa que has sido infectado o que en algún momento estuviste infectado, pero no lo estás en este momento. Si el resultado sale positivo, deberás realizarte un examen médico para determinar si el VHC ha permanecido en tu cuerpo y se ha convertido en una infección crónica. De ser así, deberás asegurarte de no transmitir la infección a otras personas. Aun si te informan que ya no tienes la infección, deberás tomar las medidas necesarias para protegerte y no infectarte de nuevo.

En las páginas 6 y 7 encontrarás ideas acerca de cómo protegerte para no infectarte o volver a infectarte con el VHC. Las mismas ideas te servirán para evitar transmitir la infección a otras personas.

Tus preocupaciones son importantes. Hacerte una prueba también es importante.

Toma acción contra la hepatitis C



Si te lo han recomendado, vacúnate contra la hepatitis A y B.

No existe una vacuna para prevenir la hepatitis C. La única manera de prevenir una infección por el virus de la hepatitis C (VHC) es evitando el contacto con **sangre contaminada.***

En cambio, sí existen vacunas que funcionan para prevenir otros dos tipos de hepatitis: el virus de la hepatitis A (VHA) y el virus de la hepatitis B (VHB). Estos dos tipos de virus usualmente son menos peligrosos que el virus VHC; sin embargo, en algunas ocasiones pueden conducir a problemas graves de salud.

Si nunca has sido infectado por los virus VHA o VHB, los proveedores de atención médica podrían recomendarte que te apliques las vacunas correspondientes. Estas vacunas se podrán aplicar por separado o de manera combinada. De cualquier manera, recibirás una serie de vacunas, no solamente una. Es importante aplicarse todas las vacunas para estar protegido.

Completa todas las series de vacunas.

*sangre que contiene VHC

Toma acción contra la hepatitis C



Si te lo han recomendado, realízate un examen médico completo para detectar la hepatitis C.

Si la prueba que te realizaron indica que podrías tener hepatitis C crónica, te recomendarán llevar a cabo un examen médico completo con el fin de determinar lo avanzada que está la enfermedad, el **pronóstico*** de la enfermedad, y los riesgos y beneficios que un tratamiento para la hepatitis conllevarían para ti.

El examen podrá incluir los siguientes análisis de sangre:

- Cuadro hepático (también conocido como pruebas de la función hepática) para determinar la condición de salud en que se encuentra el hígado.
- Pruebas de carga viral, que permitirán obtener una idea de cómo podrías responder al tratamiento.
- Pruebas de genotipo para determinar el tipo exacto de virus de la hepatitis que tienes.

También te podrían recomendar que te hagas un examen por medio de una **ecografía**** o de una **biopsia***** para saber el nivel de daño que ha podido sufrir tu hígado.

No pospongas hacerte estos exámenes. Entre más pronto te los hagas, mejor. Por tu propio bienestar, debes saber cómo la infección de la hepatitis está afectando tu cuerpo. Además, los resultados que se obtengan de las pruebas son importantes para tomar decisiones acerca del tratamiento que necesitas.

El examen ayudará a determinar las opciones que tienes para un tratamiento.

* una predicción del curso que podría tomar la hepatitis y el resultado de la misma
** imágenes que se capturan para observar el interior del organismo
*** se extrae un diminuto pedazo del hígado


¿Me dolerá la biopsia?
Le tengo temor al dolor. Podría sufrir un ataque de ansiedad.
El lugar donde hagamos la incisión le podría doler después.
Vamos a hablar acerca de cómo lo podemos ayudar durante este proceso.

Considera tus opciones de tratamiento si tienes hepatitis C.

Si tienes hepatitis C, los médicos podrán recomendarte que te sometas a un tratamiento antiviral, el cual consiste en tomar medicamentos fuertes por varios meses para intentar eliminar el virus.

Existen varios tipos de tratamientos antivirales. Algunos de los tratamientos más recientes presentan menos efectos secundarios y son muy efectivos.

Consulta con tu proveedor de atención médica los pros y contras de las diferentes opciones de tratamiento. Tú serás quien tomará la decisión de comenzar el tratamiento que te han sugerido, posponerlo para más adelante o no hacerte el tratamiento. Esa decisión dependerá de varios factores, como la etapa en que se encuentra tu enfermedad y otra información que obtengas de los resultados de los exámenes médicos y las pruebas.

Las actuales circunstancias de tu vida también ayudarán a determinar la decisión que tomes. Algunas personas prefieren fortalecerse primero en su recuperación antes de dedicarse a realizar un tratamiento antiviral. Pero muchas otras, que también están en recuperación, eligen comenzar el tratamiento inmediatamente.

Tu terapeuta de la recuperación puede ayudarte a tomar una decisión.

Toma acción contra la hepatitis C



Habla con tu terapeuta de la recuperación si necesitas ayuda para obtener un tratamiento antiviral.

El tratamiento antiviral para la hepatitis C puede ser exitoso aun si:

- Sufres de una enfermedad mental.
- No has dejado de usar sustancias.
- Hasta hace poco comenzaste la recuperación para dejar de consumir alcohol y drogas.
- Has tenido recaídas.
- Tomas medicamentos para una enfermedad mental o para un tratamiento para la adicción.*
- Sufres de otra enfermedad, como el VIH/SIDA.

Tu terapeuta puede ayudarte a hablar con tus proveedores de atención médica si consideras que se te ha negado injustamente la oportunidad de obtener un tratamiento antiviral.

Un historial de adicción o de enfermedad mental y el estado de salud respecto al VIH no son razones válidas para negarte el tratamiento antiviral.

*En algunas ocasiones los medicamentos no funcionan correctamente cuando se toman junto con otros medicamentos. Eso se denomina “una interacción”. Si tomas al mismo tiempo los medicamentos antivirales y los de la recuperación, los médicos encargados de tratar tu hepatitis te monitorearán cuidadosamente en caso de presentarse una interacción. Si eso llega a ocurrir, las dosis de tus medicamentos podrían ser ajustadas.

Toma acción contra la hepatitis C



Si tienes hepatitis C, un tratamiento antiviral te podrá hacer sentir mejor de como te has sentido en mucho tiempo.

Si tienes hepatitis C, pero aún no te la han diagnosticado, podrías no sentirte bien y no saber la razón, lo cual puede causar que te sientas deprimido. Una vez que la hepatitis C sea tratada comenzarás a sentirte mejor y eso puede ayudar a mejorar tu estado de ánimo.

Sin embargo, en algunos casos, el tratamiento antiviral para la hepatitis C puede desencadenar **síntomas de problemas mentales*** o empeorarlos. Comunícales a tus proveedores de atención médica si requieres de ayuda para manejar estos síntomas.

Los proveedores de atención médica trabajarán contigo para ayudarte a mantener una buena salud mental mientras te sometes a un tratamiento.

*ansiedad, irritabilidad, depresión

Toma acción contra la hepatitis C



Aprende acerca del trasplante de hígado.

Si la hepatitis C te ha provocado un daño hepático grave, es posible que requieras un trasplante de hígado. Sin embargo, hay listas de espera para estos trasplantes. La decisión de permitir que tu nombre se inscriba en una lista de espera para obtener un trasplante de hígado se hará tomando en cuenta:

- Tu necesidad de obtener un nuevo hígado.
- Tu disposición para llevar a cabo la operación.
- Tu disposición para hacer cambios en tu estilo de vida.

Puedes estar tomando medicamentos para una enfermedad mental o para un tratamiento para la adicción y aún así clasificar para un trasplante de hígado. Sin embargo, puesto que los efectos del alcohol en el hígado son demasiado dañinos para una persona que tiene hepatitis, deberás abstenerte de consumir alcohol.

Tus proveedores de atención médica te podrán informar si es posible que te realicen un trasplante de hígado. De ser así, ellos podrán ayudarte a inscribirte en una lista de espera de un centro de trasplantes. Deberás continuar con tu recuperación y mantenerte en el mejor estado de salud posible mientras esperas a que te comuniquen que tienen un hígado disponible para ser trasplantado.

Es una decisión importante y deberás pensarla detenidamente.

Toma acción contra la hepatitis C



Cuídate mucho si tienes hepatitis C.

Tener hepatitis es una razón más para mantenerte firme en el proceso de recuperación.

Toma acción contra la hepatitis C



*por ejemplo, altas dosis de Tylenol (acetaminofén)



Puedes obtener las publicaciones del Programa de Aplicación del Conocimiento de SAMHSA para los consumidores de manera GRATUITA de las siguientes dos maneras:

1. Descárgalas o llena el formulario para ordenar publicaciones disponibles en la página de SAMHSA Store: http://store.samhsa.gov.
2. Llama al 1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727) (Atención en inglés y español).

Varias de las publicaciones de KAP para los consumidores que pueden ser descargadas a través de la página SAMHSA Store también están disponibles en otros idiomas, incluyendo: camboyano (jemer), chino, coreano, ruso, español y vietnamita.

Publicación de HHS No. (SMA) 15-4911SPAN
Impresa en 2015

